

食材セット

約15分で
なら

下ごしらえ済み食材&
合わせ調味料をセットでお届け

お腹ペコペコの子に
「ゴメン、もうちょっと待って(汗)」と言わずに
10~15分で完成するのが、
食材セット(ミールキット)の大きな魅力。
あんしんや美味しさ、
栄養面でもリピーター増加中です!



はいーい!
できたよ〜



アイチョイスの 食材セットは

- ✓ カット済み野菜がたっぷり
- ✓ 野菜・肉・魚はすべて国産
- ✓ 化学調味料ゼロのタレつき
- ✓ 添付レシピ通りに作るだけ

※ 野菜の洗浄に「次亜塩素酸ナトリウム」(塩素系殺菌剤のひとつであり食品添加物)は使っていません。

7種の野菜と豚ミンチで、 バランス◎な中華丼。

コープ食材(兵庫) **炒める**
野菜たっぷりのつけごはん 3人前
[中華用炒めたれ] しょうゆ、食用ごま油、発酵調味料、砂糖、チキンエキス、食塩、オイスターエキス、酵母エキス、ホタテエキス、ガーリックエキス、しょうが汁
447kcal、塩分4.3g/1セット 麦豆米 **冷**



調理
10分



調理
15分

野菜モリモリ。 男子ウケよく、麺人気No.1!

コープ食材(兵庫) **炒める** **煮る** **茹でる**
長崎ちゃんぽん 2人前
[チャンポンスープ] ポークエキス、食用なたね油、食塩、しょうゆ、昆布エキス、酵母エキス、砂糖、魚醤油、オニオンパウダー、ガーリックパウダー、白胡椒、チキンエキス
1157kcal、塩分13.5g/1セット 麦豆 **冷**



調理
10分

お肉も野菜も細切り済み。 クドくないのも大好評。

コープ食材(兵庫) **炒める**
豚のチンジャオロース 2~3人前
[青椒肉絲のたれ] しょうゆ、砂糖、発酵調味料、オイスターエキス、酵母エキス、でん粉、食用ごま油、食塩、ガーリックエキス、しょうが汁
344kcal、塩分2.1g/1セット 麦豆米 **冷**

